

当“银发族”遇上 APP

老年人上网都在干嘛?

随着“银发手机族”越来越多,支付宝、酷狗音乐、哔哩哔哩、微信等 APP 软件也成了许多老年朋友智能手机里的常客,其数据报告记录下了老年人在 365 天里的网购消费、生活娱乐等情况。他们的数据有什么特点呢,让我们一起来了解一下吧!

阿姨伯伯爱用微信

1 月份,《2018 微信年度数据报告》公布,对各个年龄段使用者的特征进行了数据分析。其中,55 岁以上使用微信的老年朋友达到了 6300 万,他们在微信上的娱乐非常丰富:日间喜欢刷朋友圈、阅读、购物,晚餐后习惯与子女视频通话。3 年前热爱阅读励志类的心灵鸡汤,3 年后更多的使用者关注养生健康类的阅读内容。

对线上交流必不可少的表情包,这份数据报告也做了概括:“90 后”中意“笑哭”;“80 后”钟情“嘻嘻”;“70 后”青睐“偷笑”。那我们的阿姨伯伯最爱用什么表情呢?是很正能量的“点赞”表情。

今年 64 岁的陈伯伯在点开微信看了这份 2018 数据报告后,说报告里 55 岁以上用户的使用习惯,自己全中了。他一般每天早上 5 点多就起床,开机给亲朋好友发去第一时间的“早上好”表情包。吃过早饭、外出锻炼归来,打开朋友圈和微信群,看看朋友们更新了哪些信息,今天有什么新闻。陈伯伯说,老伴见他看微信的认真样,开玩笑地形容为“皇帝批阅奏章”。哪条帖子有阅读价值,他会转发到特定的群里,哪个视频有趣,家族群、同学群都转一遍,让大家乐一乐。不要熬夜、少食多动等养生帖,每次看到他都会“定点”转发给在外地工作的女儿。午餐、晚餐时间,是老两口和女儿视频通话的时间。晚上 10 点钟他和老伴洗漱上床,看 1 小时左右的朋友圈,11 点睡觉。第二天,又以“早上好”表情包开始一天的生活……

老年人也成“剁手党”

在大多数人的印象中,老年人生活节俭、精打细算,和“剁手”没什么关系,可实际上,老年网购族们的支付宝账单同样可与年轻人一拼。

今年 65 岁的赵先生使用支付宝才 2 年多,2017 年他花了 8000 多元,到了 2018 年,升至 2 万余元。他说,在饮食和出行方面花费比较多,因为在淘宝上可以购买同城超市的商品,由快递送到家非常方便,很多日用品、食品他都选择网购。服饰类花费较少,一年仅买过 2 次鞋。总消费的一大半都花在了交通上,和老伴旅行买车票、订旅馆都是在网上平台上完成的。



戏曲是老人最爱的曲风

近日,点开酷狗音乐软件的主页,即可查看《我的 2018 年度酷狗音乐总报告》。笔者询问了 10 位老年朋友,有 7 位常使用这款软件听音乐。看了数据后发现,这些老人听的歌曲数量并不多,主要为经典老歌、民歌、草原歌曲、戏曲等。他们的《酷狗音乐总报告》上均显示:“2018 年最常听的歌曲风格是戏曲,有 7% 的人与你口味相同,你有独特的音乐口味。”

听歌量不在多,这些老人以播放次数取胜。其中,

程女士共用软件播放歌曲达 2886 次,累计听歌 9416 分钟,超过了 84% 的用户。周先生共播放了 1303 次,累计听歌 5015 分钟,超过了 74% 的人……有 5 位老人最喜欢听歌的时段是晚上 6 点至 8 点。今年 63 岁的刘阿姨说,这个点正是她准备好晚饭,等待儿子儿媳下班回家共进晚餐的时间,她习惯把晚饭端上桌后,就打开手机里的酷狗软件,边听边学。一家人吃过晚饭,她还会把手机带出门,好散步时听听歌。

教学、养生类视频看得多

哔哩哔哩是国内知名的视频弹幕平台,近日也在手机相关 APP 上推出了 2018 年度数据报告,总结用户过去一年在该平台看过多少视频、最爱看哪一类等。

孙女士的手机里有 3 款视频软件,优酷、哔哩哔哩和爱奇艺。她说,哔哩哔哩是在孙子的推荐下安装的,数据报告显示,她用这个软件看运动类的视频最多,有 2526 个。观看内容多是广场

舞教学、有氧健身操、养生视频,老伴也借着看过围棋教程。

今年 64 岁的朱先生说,去年受老伴影响,他也开始追剧了。家里客厅的大电视让给老伴看,他就用手机上的视频软件看些抗战剧和谍战剧。软件首页推荐的最新热播剧偶尔也会点开看看。如果觉得好,他也会花钱买会员卡收看。

周一海

有话要说

取消“老人免费公交”效果或适得其反

近年来,社会上取消“老人免费坐公交”的呼声日高。在南京今年“两会”期间,该政协委员戴伍洲提案,建议将老年人免费乘车改为补贴,以此减少老年人在早高峰期间不必要的出行。

戴伍洲委员表示,这几年他乘公交上下班时,如果早晨 7 点 50 分后出门,基本上很少有座位能坐,原因是老人占了他本来可能有的座位。这些老人有的是出门送孩子上学的,还有一些是逛菜市场买菜、出门遛鸟的,正好跟上班族挤在一起。

对于“老年免费乘坐公交车”的问题,各地都存在着争议。老人免费乘公交造成的影响到底有多大,不能只听一些人说,应该进行调研后用事实说话。青岛公交集团发布的老年人乘车大数据显示:目前公交集团所属公交线路日均客流量在 142 万人次,老年人有约 37 万人次,占到 26%。与老年人口比例基本持平。也就是说,上下班老年人出行没有额外增加公交的负担。另外,北京市有关部门的调查数据显示,该市每天刷卡乘车的老人不到 1/5,且这些老年人出行高峰集中在上午 9 点半到 10 点半,与上班族乘车时间完全错峰。从这些情况来看,“老人免费乘坐公交”并未对上班族产生多大的影响。

取消“老人免费公交”,效果可能会适得其反。试想,如果不是那些老人乘公交为子女接送孩子,到菜市场买菜,必然要让那些年轻小夫妻乘公交或者开车、骑车接送孩子和买菜。可能让乘公交的人增多或者在大街上开车的人增多,造成交通严重堵塞。另一方面,如果没有免费乘车的优惠,老年人减少出门了,一天到晚在家难免觉得孤独,或会影响老人健康。

因此,笔者认为老年人免费公交不应取消。让老人免费乘公交,不仅可以方便老人,更是对老人的尊重。当然,老人也应为上班族着想,如果没有十分紧要的事情,尽量避开上下班高峰时间坐公交。

胡建兵

养生之道

母亲的“三爱养生法”

母亲今年 94 岁了,耳不聋眼不花,生活能自理,是村里有名的寿星。母亲的长寿秘籍就是“三爱养生法”,即爱吃、爱动、爱聊。

爱吃 母亲爱吃,但绝不贪嘴,她教导我们“多吃少滋味,少吃多滋味”。母亲年轻时曾经历过艰苦岁月,如今条件好了,她仍然保持着生活简朴的习惯,吃饭不挑食,也不浪费一粒粮食。母亲还讲究饮食清淡多样,荤素搭配,少吃多餐。

爱动 母亲从不倚老卖老,做饭、种菜、洗衣……她总是坚持做力所能及的事。我们担心母亲累着不让她干活,她反而不高兴:“我能做,经常动一动增强体质,就当锻炼身体嘛。”

爱聊 母亲很健谈,喜欢唠嗑。天南海北,家长里短,都是她聊的内容。

母亲用她的“三爱养生法”换来了身体健康,家庭和睦。俗话说:“家有一老,如有一宝。”母亲就是我们家的超级“宝贝”,母亲,愿您晚年幸福美满,健康长寿!

徐爱清

晒作品

鹧鸪天·素食赞

杯盏盘餐百样羹,
厉行素食树康旌。
舌尖肥腻多罹患,
餐桌清香自养生。
财易富,病难承。
腹油晃荡入危城。
双亲健在全家福,
富裕何妨五谷烹?

走步健康咏

走步岂图百岁谋,
换来脑健更明眸。
登阶快步岚如雾,
漫步心闲月似钩。
腰腿无疼身有力,
颈肩康健体无忧。
全身热力谁能比?
借得春晖释晚愁。

(山东青岛 贾来天 74 岁)